



2021年1月8日(金)
枚方市立中宮中学校 保健室

今年もよろしくお願いいたします!

また新しい年が始まりました。いつもとは違う形になったかもしれませんが、年末年始は有意義な時間を過ごせたでしょうか。生活リズムは崩れていませんか?まだまだ寒い日が続きますが、幸先良く過ごせるよう、冬休みモードから3学期モードへと、切り替えていきましょう。この1年が、皆さんにとって健康で実り多い年になりますように!



一年生(希望者のみ)を対象に色覚検査を実施しました

懇談期間中に、色覚検査を実施しました。進路を選ぶ際、色覚に関して採用制限がある職業(自衛官や消防士、交通関係など)・色の見え方を重要視する職業(飲食やデザイン、医療関係など)もあるため、早期発見の必要性があります。

随時簡易検査を実施しています。「もしかして、他の人と色の見え方が違う?」と感じたことのある人は、専門分野を選ぶ前に、一度検査を受けたほうがよいでしょう。気軽に声をかけてください。

1/25に1年生※を対象にモアレ(脊柱側弯)検査を実施します

脊柱側弯症とは、背骨が横に曲がり、ねじれてしまう病気で、自覚症状がないまま進行するため、発見が遅れがちで、一度ひどく曲がると、元に戻りません。早期に発見するためになるべく全員に受けてもらいたい検査です。「検査を希望しない」用紙を提出した場合も、追加で受けることが可能です。ご相談ください。※他市転校生・経過観察の2・3年生も対象です



違っているところは計7ヶ所。全部見つけてね!

寒いけれど…皆の健康のための“換気”です

休み時間の教室の一斉換気も感染症対策の一つです。重ね着をしたり、ウィンドブレーカーやひざ掛けを使うなどして、換気作業に協力してください。



大切にしたい教訓 - 防災とボランティアの日 -

1995年1月17日に起きた、阪神・淡路大震災。その後、復興に大きな役割を果たしたボランティア活動への認識を深めると同時に、災害への備への充実・強化を図る目的で「防災とボランティアの日」が制定されました。

そして、2011年3月11日。東日本大震災が発生し、津波などが原因で多くの負傷者・死者・行方不明者が出ました。しかし、その

中でも、過去の災害の教訓を生かし、難を逃れた人たちがいました。復興は未だ道半ばではあるものの、過去の災害からの学びが、様々な場面で活かされています。

自然災害は完全な予測・予防ができません。いかに被害を最小限にし、早く復興するか。そのための備えです。東日本大震災を上回る規模の災害が、もし、今起こったら…?教訓を忘れず、できる準備をしっかりとすすめておきたいですね



「熱が下がった=治った」と言えないワケは…?

医師からインフルエンザと診断されると「出席停止」扱いになり、登校することができません。現在、登校再開の基準は『発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで』と定められていますが、このように変更された背景のひとつには、「タミフル」「リレンザ」などの抗インフルエンザ薬の普及があります。

抗インフルエンザ薬は主にウイルスの増殖を抑える効果がある一方、ウイルス自体をやっつけてくれるわけではありません。服用して熱が下がった後もウイルスはしばらく体内に残っているため、感染につながる可能性もあります。薬の効果で楽になると「もう治った」と思ってしまいがちですが、医師の指示にきちんと従い、快復に努めましょう。



保護者の皆様へ 日本スポーツ振興センターの申請について

授業中、クラブ中など、学校生活で怪我をして、医療機関を受診した場合、日本スポーツ振興センターの、災害給付の申請対象となります。申請から給付までは、2～3カ月かかります。治療が終了している場合は、円滑な審査のために、学年が変わる前に、申請をお願いいたします。

ご不明の点がございましたら、お気軽におたずねください。

